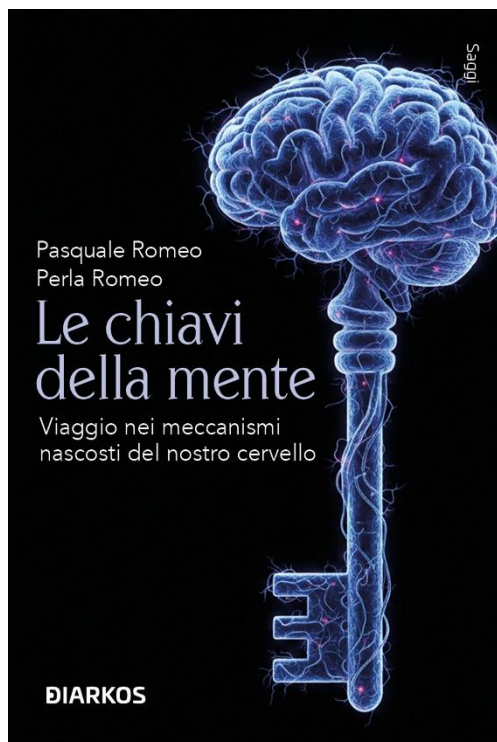


LE CHIAVI DELLA MENTE. *Viaggio nei meccanismi nascosti del nostro cervello*
Di Pasquale Romeo, Perla Romeo



Collana: Saggi
Pagine 304
Prezzo 18,00
EAN: 9788836165889

Viviamo in un'epoca in cui la mente è continuamente sollecitata, ma raramente compresa. Diventa allora indispensabile capire come funzioniamo, prima di delegare pensieri, scelte ed emozioni a meccanismi che non conosciamo.

CONTENUTO

La mente umana prende decisioni, costruisce identità, crea illusioni di controllo. Lo fa anche quando non la conosciamo, quando non siamo consci di ciò che fa, di come funziona. *Le chiavi della mente* investiga i meccanismi nascosti del nostro cervello – quelli che governano pensieri, emozioni e comportamenti – mostrando perché conoscere se stessi non sia soltanto un esercizio filosofico, astratto, bensì un'urgenza concreta. Attraverso le neuroscienze, la psichiatria e la riflessione sull'identità, il libro smonta l'idea rassicurante di una mente trasparente e padrona di sé. Al contrario, ne rivela il lato complesso, spesso opaco, che agisce ben prima che possiamo accorgercene. Capire come funziona diventa allora l'unico modo per non subirla e soprattutto per non esserne (inconsapevolmente) governati. Non un manuale di auto-aiuto, ma una guida critica e accessibile per chi vuole abitare consapevolmente la propria mente, accettandone limiti, fragilità e potenziale.

AUTORI

Pasquale Romeo è psichiatra e psicoterapeuta. Per Diarkos ha pubblicato *Il pensiero positivo* (2019) e *Il segreto della felicità* (2023).

Perla Romeo è studentessa di psicologia